

Wat is werkdruk?



BIJLAGE BIJ WERKVORM 1 VAN BEGRIP, ECHT BEGRIP

Wat is werkdruk?

- a) Als ik heel veel balletjes in de lucht moet houden, tegelijkertijd heel veel moet denken én doen.
- b) Als ik geleefd word, niet de ruimte heb om mijn creativiteit in te zetten en problemen op te lossen, als de waan van de dag regeert.
- c) Als er veel dingen moeten en ik prioriteiten moet stellen, dan heb ik werkdruk vlák voor ik beslis dat ik iets niet kan en ik dan meld dat iets niet gaat lukken.
- d) Als ik thuiskom met stoom uit m'n oren, ik nergens meer zin in heb, al mijn energie op is.

Wat is werkplezier?

- a) Fluitend naar m'n werk én fluitend weer naar huis.
- b) Niet merken dat ik aan het werk ben, als het vanzelf gaat.
- c) Feedback. Als ik van collega's en van m'n leerlingen iets terugkrijg, bijvoorbeeld een compliment of arm om je schouder.
- d) Als ik me bezig kan houden met waar ik goed in ben.

MIJN EIGEN WERKDruk IN BEELD

VRAGEN

Vraag 1. Wat is voor mij werkdruk?

Vraag 2. Wanneer wordt werkdruk mij té?

Vraag 3: Welke gevolgen van werkdruk heb ik weleens ervaren?

Vraag 4: Wat is voor mij werkplezier?